



DATE:

JEUDI 6 FÉVRIER 9H-17H
MARDI 10 MARS 2020

PUBLIC:

Professionnel-e de la petite enfance et de la gériatrie (animatrices, auxiliaires, puéricultrices, éducatrices, aide-soignantes, infirmières, aide à domicile, assistantes maternelles)

DURÉE ET LIEU

2 journées-Villeurbanne (69)

FORMATRICE

Marie-Dominique TEXIER

Psychologue Humaniste
Formée à la CNV, approches psychocorporelles et pratiques méditatives

TARIFS:

360 euros TTC prise en charge employeur
190 euros TTC particulier

INSCRIPTION/CONTACT

mdtexier@gmail.com / 06 03 76 71 07



PRATIQUER LA PLEINE PRÉSENCE DANS LA RELATION

Travailler auprès de jeunes enfants ou de personnes âgées est impliquant émotionnellement et psychiquement. Ces publics sont particulièrement sensibles à l'ambiance, aux émotions des professionnel-le-s et cela influence leurs humeurs et leurs comportements.

Être présent à soi et à l'autre c'est être disponible à ce qui se passe dans l'instant notamment dans la relation. Cela permet de développer une relation attentive et de qualité tout en préservant son énergie. Les bénéficiaires se sentent davantage pris en compte et les professionnelles évitent l'épuisement.

Le plus de cette formation sur 2 jours à un mois d'intervalle : l'expérimentation à partir de pratiques concrètes, ludiques et le retour d'expériences vécues sur le terrain afin d'ancrer un savoir et ajuster les apports aux réalités du quotidien des participant-e-s.

Objectifs pédagogiques :

- Accroître sa capacité à être présent-e à l'autre dans la relation
- Développer une aptitude à être à l'écoute de l'autre et de soi
- Expérimenter des outils pratiques pour augmenter ses chances d'être présent à l'autre et à soi
- Partager et apprendre de ses expériences et s'ajuster à la réalité du quotidien

Programme

- Apprendre à se recentrer au quotidien et dans les situations de stress
- L'auto-empathie pour écouter ses émotions et ressentis
- L'écoute empathique non verbale pour se connecter à l'autre
- Exercices pratiques pour s'alléger du mental pour rester présent-e à l'autre

SOLSTICE ORGANISME DE FORMATION

formations finançables par les OPCO
SOLSTICE SCOP Siret: 438 279 382 00040 ; APE 7022Z
n° enregistrement auprès de la DIRECCTE 82 260114826

